



# 南洋模範報

## NANYANG MODEL NEWS

南洋模範中學主辦 主編 李嘯瑜 2025年11月25日 總第201期



南模教育集團學校共商集團  
合作發展之路，將學校強強聚拢，  
發揮作用，互融互通，構建強而有  
力的發展共同體。

### 集團致力於將南模的育人智慧與自身教學實踐相融合，在未來的教育征程中 各展其長、各綻其彩，讓“青鋒”火種在各校課堂燎原生輝！

### 上海市青年教師研修項目 南模“青年教師成長訓練營”啟動儀式順利舉行

2025年10月31日中午，上海市青年教師研修項目南模“青年教師成長訓練營”啟動儀式在紅樓二樓會議室舉行。本次儀式由學校教師發展中心荊芳老師主持，教師發展中心主任范依琳、歷史教師傅郇山及全體青年教師研修項目學員、見習教師共同參與，開啟以“個性化培養”為核心的浸潤式研修旅程。

活動伊始，傅郇山老師首先帶來微講堂：個人發展規劃。他以自身從教軌跡為引，娓娓道來青年教師的成長路徑與發展可能，激勵大家找準方向、勇於突破，在教育教學中不斷實現自我超越。

隨後，荊芳老師圍繞研修目標與內容作詳細解讀。本次研修聚焦“青年教師個性化成長”，依托學校深厚的“青鋒”文化、學科優勢與導師資源，通過系統化的課程設計，助力教師從“合格”走向“優秀”，從“模仿”邁向“創新”，真正實現教學風格與育人能力的雙向提升。

在“文化浸潤”環節，教師們共同观看了校慶宣傳片，從光影流轉中感知南模百廿精神。校園中的數智中心、人工智能展示活動的TED演講，為老師們展現了人工智能在教育場景中的前沿應用，呈現南模在“數智融合”教育模式上的積極探索，為青年教師打開一扇面向未來的教學視窗。

交流分享階段，學員們踴躍發言，暢談參與研修的期待與目標。他們紛紛表示，將珍惜此次學習機會，在文化、德育、課程、科研等多維度中汲取養分，反思自身教育實踐，努力成長為有風格、有擔當、有創造力的新時代教師。

儀式尾聲，范依琳主任作總結講話，並為每位學員贈予“南苑教叢”書系“雙新”主題著作。她勉勵大家在南模這片教育沃土上汲取養分、砥礪前行，不斷碰撞反思，學有所獲。

此次開班儀式不僅是一次研修的起點，更是一次教育理想與青鋒精神的共鳴。期待全體學員將南模的育人智慧與自身教學實踐相融合，在未來的教育征程中各展其長、各綻其彩，讓“青鋒”火種在各校課堂燎原生輝！



### 南模中學建校124周年 校友返校日活動

11月22日周六，南模中學建校124周年校友返校日活動在零陵路校區舉行。深秋暖陽，校園里洋溢着久別重逢的喜悅，各屆校友重聚校園駐足合影，共叙同窗情誼，暢談青春歲月，分享各自人生旅程的點滴收穫與記憶中的珍寶。

剛進校門，校友們便收到了學校精心準備的124周年返校專屬“禮包”——滿載心意的紀念禮品與記錄歲月的校刊，讓每一位歸來的游子感受到母校的溫情。還有124份幸運禮物，為這個特別的日子增添了喜悅與期待。

主會場由25屆徐鋒校友和27屆孫瀾昕同學主持。李嘯瑜校長首先登台，發表了深情而振奮的講話。今年是南模建校124周年，也是南模校友會成立40周年。四十多年來，校友會聯結海內外校友，推動校友情感聯結與事業發展，成為南模人最溫暖的紐帶。

一份禮物承載著萬千情誼。85屆校友代表為母校精心準備了特別的生日禮物——刻有“青鋒”字樣的紀念馬克杯和一幅親手繪就的水彩畫。記憶里的“紅樓”與“紫藤花架”定格成永恒的艺术瞬間，將一代代南苑人的青春記憶與深厚情誼淋漓盡致地呈現於色彩之間。隨後，會場進入另一個高潮。“四十五載美育路，一生一課南苑情。接下來，我們將共同見證南模美育史上一個值得紀念的時刻。”主持人向大家宣布。這部名為《一生一課》的影片，由南模校友投資、南模校友執導、南模師生出演，取材於真實故事，被贊為“一部屬於所有南苑人的光影禮贊”。

在熱烈的掌聲中，王聖民老師、楊文斌校友以及影片主創團隊閃亮登場，分享了這部屬於所有南模人作品的台前幕後。隨著精彩片花的播放，一段段源於南模人自己的故事在銀幕上綻放，它將美育的種子、師長的恩情與同窗的厚誼凝結成光影，為在場的所有人上了動人的“一生一課”。

與主會場同步，另一份溫暖在同韻書屋靜靜流淌。醫生校友以仁心仁術，為老師、校友們提供細致的健康諮詢服務。這份跨越行業的守護，令人動容。退休老師們現場合唱了一首《紅河谷》，悠揚的歌聲與濃濃的師生情誼，交織成一幅最溫情的畫面。

教學樓里也是一派熱火朝天的景象。各間教室化身為各屆校友專屬的聚會空間。無論畢業多久，校友們還是當年未褪色的少年模樣。校友們圍坐暢談，笑聲中追憶課堂趣事，話語里重溫同窗深情。在校志願者與歷屆校友分享校園生活，昔日教室里的琅琅書聲，仿佛與今日的歡聲笑語遙相呼應，構成南模獨有的精神迴響，展現了代代相傳的精神氣質。

時光見證了南苑精神的傳承與閃耀，這份歸屬感在記憶的長河裡愈發清晰，成為南苑人共同的精神坐標。

### 南模教育集團 歷史學科研修活動

為深化初高中歷史教學銜接，提升教師專業素養與教學能力，近日，南模教育集團歷史學科初高中聯動教研活動在上海市南洋模範初級中學順利舉行。南模中學歷史名師正高級教師、特級教師姚虹、高級教師俞穎杰等教師蒞臨指導，南模初中歷史教研組全體教師參與了本次聽課、磨課與研討活動，現場教研氛圍濃厚。

本次教研活動以七年級歷史上冊第16課《三國鼎立》為研討核心，先由我王新秀老師進行課堂教學設計展示。隨後，高中名師們結合自身豐富的教學經驗和初高中歷史教學的銜接需求，逐一提出極具針對性的指導意見，為磨課教師精準“把脈開方”。

俞穎杰老師率先從提升課堂活力與思維深度的角度給出建議。他強調，初中歷史課堂應強化師生間的有效互動，可結合《三國鼎立》的教學內容提供典型史料，引導學生自主閱讀探究，運用邏輯思維對史料進行分析歸納，最終形成個人觀點並準確表達。尹近庚老師則建議引導學生以戰爭示意圖中的作戰路線為線索，梳理戰爭進程中的關鍵節點，從兵力部署、地理環境、戰略決策等維度發掘示意圖背後隱藏的信息，進而幫助學生深入理解決定戰爭勝負的核心因素。

最後，姚虹老師針對教學內容的整合與呈現方式給出了高屋建瓴的指導。她認為，初中歷史教學應牢牢立足教材，充分利用教材中已有的文獻材料、圖片史料等資源，讓教學“源於教材、深於教材”。結合《三國鼎立》一課的特點，姚老師進一步建議，可依托現有教學框架，以曹操為核心敘事主線，將其詩歌作品與歷史事件有機結合，同時通過豐富課堂語言、設計分层互動問題，讓歷史課堂兼具人文溫度與敘事魅力。

此次初高中聯動教研活動，不僅為我校教學課例的打磨指明了方向，更搭建了學段間的教學交流橋梁。我校歷史教研組將以本次活動為契機，吸收借鑒名師的先進教學理念與方法，進一步打磨教學細節，優化教學設計，推動歷史課堂教學質量的穩步提升，助力學生歷史核心素養的全面發展。



### 南模中學2025學年第一學期家委會會議

2025年11月21日，2025學年第一學期家長委員會會議隆重召開，來自各年級的家長委員會成員齊聚於此，共同商議學校協同育人之策，為孩子的成長凝聚力量。

本次會議採用“先集中、後分組”的議程安排，兼顧校級層面的整體交流，又考慮各年級的具体研討需求。在集中會議階段，學生發展中心劉艷麗老師代表學校介紹了本屆家委會的組建情況。為確保家委會隊伍的穩定性與活力，本屆家委會採用“延續骨干+新鮮補充”的產生方式。高二、高三年級基本延續上一屆陣容，這些經驗豐富的家長在校園活動組織、家校溝通協調等方面表現卓越；依據《上海市南模中學家長委員會產生辦法》，推薦產生高一級家長委員會新成員。

李嘯瑜校長在致辭中，既介紹了學校的發展成果，又明確了家校合作的方向，並就家長較為關心的學生餐、校服等情況進行了說明，使在場家長對學校教育工作有了更為清晰的認識。李校長希望以家委會為紐帶，家校雙方秉持“同心、同向、同行”的信念，共同為孩子營造優質的成長環境。

隨後，會議舉行了隆重的聘書頒發儀式，李校長為校家委會委員頒發聘書，各

年級家委會主任則分別為對應年級委員授聘。這份聘書不僅是一種榮譽的象徵，更是家校協同責任的傳遞。校家委會主任隨後發言，分享了家委會的工作規劃，展現了家委會履職盡責、助力家校合作的決心與擔當。

集中會議結束後，各年級家委會委員開展分組研討，圍繞各年級具體需求與工作進行了深入交流。此次家委會會議的召開，進一步暢通了家校溝通渠道，為後續家校協同育人工作的開展奠定了堅實基礎。



### 南模初中举行教职工美育素养文化日活动

2025年10月31日傍晚，上海市南洋模范初级中学的教职工们暂时告别三尺讲台，开启了一场别开生面的美育素养文化日活动——以一场浸润城市文化的Citywalk，在历史与现实的交错中，兵分四路完成了一次关于教育、文化与初心的特殊旅程。

这场名为“循迹·致远”的行走，起点设于天平路200号。这里不仅是地理坐标的起始，更象征着南模人脚踏实地、砥砺前行精神原点的。老师们笑语盈盈地出发，步履轻盈地穿行于衡复风貌区的静谧街巷。阳光透过斑驳的梧桐树影，洒在同行者的肩头，也照亮了这条精心设计的文化路径，沿途的风景，是上海百年沧桑的生动注脚。

当其中一支队伍行至第一终点开普敦公寓，这座见证老上海风情的建筑，以其沉默的优雅诉说着海纳百川的城市品格。

另一支队伍行至大中华橡胶厂旧址这个第二终点，那个高高耸立在肇嘉浜路口的烟囱则烙印着民族工业发展的艰辛与荣光，其转型创新的历程，恰如教育需要因时而变、与时俱进的深刻隐喻。

还有一支队伍行至百代唱片旧址“小红楼”这第三终点，红砖墙内仿佛仍有《义勇军进行曲》的雄壮旋律在回响。

第四终点兴国宾馆8号楼，为这场文化行走画上了意味深长的句点。这座隐于繁华深处的历史建筑，集优雅气度与深厚底蕴于一身。选择此地，寓意深远：教育者既要有潜心育人的沉静姿态，也要有胸怀家国的人文视野。在这里，老师们交流行走所感，分享教育心得，历史的厚重与教育的温度在此刻交融。

老师们在行走中强健体魄，在交流中凝聚情谊，在历史建筑的凝视中，重新品味教育的价值与使命。南模初中工会举办此项行走，让老师们从日常的忙碌中抽离，在城市的文化肌理中汲取力量，从而得以用更饱满的热情、更深厚的底蕴、更开阔的视野，回归到教育事业中来，继续在孩子们的心田播撒智慧与希望的种子。漫步终会结束，但教育者追寻初心、传承文明脚步，永不停歇。



### 西南模高一年级学工社 会实践活动圆满落幕

近日，西南模范中学 2025 级高一年级全体学生满怀期待地走进徐汇区青少年活动中心，开启了为期三天的学工社会实践活动。此次活动旨在帮助同学们跳出课本局限，拓宽视野、充实课外知识，进一步提升社会实践经验，为高中生活注入别样活力。

在劳动技术实践课堂上，活动中心的老师们凭借专业的知识储备和生动的授课方式，为同学们系统讲解了课程基础理论。随后，同学们以小组为单位，迅速投入到实践操作中。计算机编程课堂上，大家专注地敲击键盘，在代码的世界里探索逻辑与创意的结合；机械小车制作现场，同学们分工协作，从零件组装到调试运行，每一个步骤都一丝不苟。丰富多样的课程内容牢牢吸引着同学们的注意力，不仅锻炼了大家的动手能力，更在攻克难题的过程中，考验并培养了高中生应有的学习品质与坚韧毅力。

校领导高度重视此次实践活动，专程来到活动现场，与同学们亲切交流，详细询问大家的学习进展和实践感受。同时，王民政校长还鼓励大家珍惜实践机会，在动手操作中积累经验、提升能力。

为期三天的学工社会实践活动虽已落幕，但同学们收获满满。大家不仅学到了实用的技能，更在实践中增强了团队协作意识和解决问题的能力，为未来的成长之路奠定了坚实基础。



### 辩场论道燃青春 西南模初二年级辩论赛

为进一步探索科学高效的班级管理方式，提升学生的自主管理与集体意识，近日，初二年级开展了以“班级管理‘有情’更有效 vs ‘无情’更有效”为主题的辩论赛。

赛场上，正方主张“有情管理”，认为班级管理应融入理解与关怀，师生间的情感沟通有助于营造和谐氛围，激发学生主动性与创造力。反方则坚持“无情管理”，强调制度和纪律的重要性，指出唯有严格执行规则，才能确保公平与效率。双方辩手你来我往，旁征博引，不仅有理论论证，也结合了生活中的真实案例，现场气氛紧张而热烈。

经过多轮激烈交锋，同学们逐渐认识到，真正有效的班级管理并非单纯“有情”或“无情”，而应在二者之间找到平衡：既要坚持原则与规矩，又要注重情感关怀与激励。此次辩论赛不仅开阔了同学们的思维，提升了表达与合作能力，更为年级的班级建设提供了新的启发与思路。



### 民南2025学年第一学期秋季社会实践活动

11月10日，民办南模中学的同学们走出校园，将课堂“搬”进了上海辰山植物园，在绚烂秋色中开启了一段知行合一的社会实践之旅。暂别书本，拥抱自然。同学们一踏入园区，便被色彩斑斓的秋日画卷所吸引。此次辰山之行，不仅是一次身心的放松，更是一堂生动的自然探索课。

三大温室是此行的焦点。从珍稀植物馆的千姿百态，到沙生植物馆的坚韧不拔，再到热带花果馆的生机盎然，书本上的知识在眼前变得鲜活而具体。同学们在观察与惊叹中，切身感受着生命的多样与自然的奥秘。

秋游亦是增进情谊的绝佳时机。草坪上，同学们分享美食，畅谈趣闻，欢声笑语与明媚秋光交织在一起。镜头定格下一张张笑脸，这份共同珍藏的秋日记忆，让班级的凝聚力悄然升温。

这是一次愉悦的出行，更是一次深刻的学习。在行走中探索，在自然中感悟，同学们拓宽了视野，也激发了求知热情。

以“志趣”为舟，以“躬达”为径，愿这份秋日的收获，能化为前行路上的力量，伴民南学子在未来的学习中继续探索，不断成长！

### 热烈祝贺民南飞镖队 在市、区级比赛中 载誉归来！

近日，上海市市级、区级飞镖比赛相继落下帷幕。我校飞镖队的同学们怀揣热爱与执着，在赛场上沉着应战、精准投掷，凭借扎实的功底与出色的临场发挥，从众多参赛选手中脱颖而出，斩获多项荣誉，为校争光。

本次赛事吸引了全市、各区多所学校的顶尖飞镖选手同台竞技，竞争异常激烈。赛场上，我校的参赛选手们展现出了过硬的专业素养：站姿稳健、眼神专注，每一次抬手、瞄准、投掷都干脆利落，飞镖划破空气直逼靶心。这既展现了对飞镖技巧的熟练掌握，更彰显了民办南模中学的八字校训：“勤敬敏信，志趣躬达”。

在上海市徐汇区阳光体育大联赛“高一杯”中小学生飞镖比赛中，初二（2）班的张启凡同学凭借稳定的发挥，一路过关斩将，最终荣获初中男子单人组冠军！

在上海市中小学生飞镖锦标赛中，初二（2）班的张启凡同学和初二（1）班的陆依辰同学搭档，在双人赛中配合默契，斩获初中混合双人组亚军！



### 民南第三届英语文化节 圆满落幕

11月21日，我校第三届英语文化节圆满落幕。本次英语节以“Let's go teens!”为主题，设置了英语歌唱比赛、英语阅读竞赛、英语配音比赛及“民南拼词小达人”四大核心板块，旨在为学生搭建一个展示英语才华、提升语言技能的平台，致力于培养更多优秀的英语人才。活动全程气氛热烈，师生们共同谱写了一曲关于语言、成长与热爱的青春乐章。

下午2时，闭幕式正式开始。主持人马万川与搭档甘昕彤自信登台，以一声洪亮的“Welcome to our English Culture Festival!”拉开序幕。随后，主持人介绍了莅临活动的嘉宾与评委老师，师生们用热烈掌声对他们的指导与支持表示感谢。

本次英语节历时两周，前期赛事已顺利完成，多位选手与班级凭借优异表现脱颖而出。开幕式后，活动进入激动人心的颁奖环节。

首先颁发的是英语阅读大赛“阅读之星”奖项，台下掌声不断，向获奖同学致以热烈的祝贺。

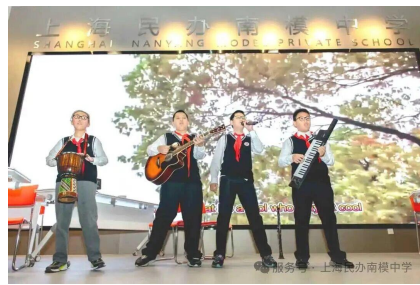
紧接着进行的是英语歌唱大赛颁奖仪式。七（4）班甘昕彤、宦文淇、袁诗然等同学与八（5）班王宁祎、徐愿同学作为冠军选手登台，重现他们的获奖作品。他们自信的演绎与动人的歌声，再次点燃全场热情，赢得阵阵喝彩。

英语配音比赛的颁奖同样精彩纷呈。六（3）班凭借Harry Potter的精彩演绎摘得一等奖。此外，该班麦颖蓝、陶嘉树、徐梓轩、黄泽文四位同学获评“最佳配音选手”。他们以纯正的发音和生动的表演，将经典片段精彩再现，让现场观众沉浸其中，充分展现了英语语言的魅力。

最令人紧张的当属“民南拼词小达人”现场竞赛环节。各班选手沉着思考、从容应答，每当单词被准确拼出，台下便响起热烈掌声。同学们不仅展现了扎实的语言功底，更体现了优秀的团队协作精神。

闭幕式上，大家一同回顾了本届英语节的精彩瞬间。同学们在各项比赛中展示才华，在交流互动中收获成长。学校在总结中表示，英语节不仅为同学们提供了锻炼英语能力的平台，更激发了大家的学习热情，促进了校园文化的多元发展。活动的成功举办，离不开全体老师的辛勤付出、评委嘉宾的专业指导以及同学们的积极参与。

本次英语文化节的圆满举办，不仅丰富了校园文化生活，更让同学们在实践中提升了英语应用能力，培养了自信心与团队协作精神。同学们在歌声、朗读声、配音演绎与拼词角逐中，感受语言的魅力，领略多元文化的风采。我们相信，未来民南学子将以更加饱满的热情，在更广阔的舞台上绽放青春光芒；学校也将持续搭建优质平台，助力每一位学生全面发展。



### 民盟徐汇中学支部开展公益伙伴成长计划融合活动

为践行社会责任、传递公益温暖，2025年11月5日下午，民盟徐汇中学支部联合中共徐汇中学第六支部，共同开展了以“徐徐前行 汇智懂礼”为主题的公益伙伴成长计划活动。董李凤美康健学校24名学生在老师及家长志愿者的陪伴下走进徐汇中学南校区，与徐汇中学师生一起参与了一场内容丰富、形式多样的融合体验活动。

董李凤美康健学校的孩子们抵达校园后，在教师引导下分为手工、运动、科技不同小组，有序进入各活动区域。资源教室内，民盟教师藏悦带领孩子们开展粘土制作，孩子们在指尖创意中感受成就与快乐；操场上，投掷、球类等运动项目热闹开展，孩子们在奔跑与合作中绽放笑容；科技体验区中，民盟教师朱传芬作为3D打印专职教师、民盟教师姚渊负责智慧钢琴，她们共同打开了孩子们探索科技与艺术的新“视界”。

民盟徐汇中学支部的盟员教师不仅在活动中担任指导，更以耐心、细致地陪伴为孩子们营造了安全、友好的体验环境。活动尾声，两校学生代表互赠礼物、合影留念，在温馨氛围中约定下一次的相聚。

此次活动不仅为特殊教育学生提供了多元互动与能力锻炼的平台，也促进了普通学校学生对社会责任与融合教育的理解。民盟徐汇中学支部充分发挥统一战线力量，整合资源、协同育人，展现了民主党派服务社会、助力教育的担当。

未来，民盟徐汇中学支部将继续推进“公益伙伴成长计划”，将探索更多可持续机制，持续助力特殊教育融入社会，在公益的道路上稳步前行，让融合之树生根发芽，让教育之光点亮更多心灵。



### “汇学艺术学科高地讲堂”活动

为响应全民美育号召，落实“以美育人 以文化人”的教育理念，2025年11月10日，我校隆重举办“汇学艺术学科高地讲堂”系列活动，特邀北京大学二级教授、博士生导师、中国艺术学理论学会会长、教育部艺术教育委员会常委、国家教材委员会专家委员会艺术召集人彭吉象教授，以及中国老教授协会美育专家、中国舞协中小学舞蹈教育专业委员会副主任黄俭教授莅临指导。

本次活动作为中国老教授协会“百师进百校”美育工程（上海站）的重要组成部分，吸引了广泛关注。

在庄重的聘书颁发仪式中，曾宪一校长为彭吉象教授与黄俭教授颁发“汇学艺术学科高地特聘专家”聘书。我校艺术教研组自评为徐汇区艺术学科高地以来，今年已连续开展20场汇学学科周展演活动，促进了艺术与科技融合创新教育发展。此次“汇学艺术学科高地讲堂”活动标志着徐汇中学美育建设迈入新阶段。

下接中缝



### 徐汇中学师生家长参与青少年心理健康科普活动

2025年11月2日下午，以“心灵绿洲‘ZHOU’”为主题的青少年心理健康科普活动在上海温室花园温馨举行。上海市徐汇中学部分学生与家长受邀参与，在自然、艺术与科技的多元交融中，共同经历了一场启迪心灵、温暖有爱的午后时光。

活动在充满活力的《花球啦啦操》中拉开帷幕。随后的专家受聘仪式与系列主题分享，层层深入地揭示了自然与心理健康的密切联系。上海辰山植物园执行园长胡永红分享了“绿色的疗愈力”，让同学们认识到植物对情绪调节的积极作用；建筑与艺术领域的专家则从空间营造和生态艺术的角度，阐述了环境与心灵的深刻共鸣。

活动的核心环节——圆桌论坛，将现场氛围推向高潮。我校曾宪一校长作为市政协委员、基础教育领域的杰出代表，与多位来自教育、医学、艺术及公益领域的专家学者同台论道，共议“青少年心理健康的多元共建之路”。曾校长在论坛中分享了徐汇中学长期以来坚持“崇尚科学、爱国荣校、多彩发展”的育人理念，强调了在科技飞速发展的今天，守护学生阳光心态、培育其坚韧品格与科技、美育同等重要。

曾校长强调要利用科技手段，提高家长和孩子心理诊断能力，心理释放能力，甚至是自我疗愈能力。最后是医教守护，身心健康第一，快乐成长至上。

他的发言深刻体现了徐汇中学作为一所百年名校，不仅注重学生的学业成就，更将学生的全面健康发展与生命幸福感置于核心地位。曾校长的参与和精彩论述，不仅为论坛贡献了宝贵的教育实践智慧，也展现了学校在关心下一代心理健康工作中的积极作为与责任担当。

随后，有趣的木偶剧、优美的歌曲以及温馨的温室导览，让同学们在沉浸式的体验中放松了身心，感受到了来自社会各界的关怀与温暖。此次活动不仅拓宽了同学们对心理健康的认知，更在他们心中播下了关注自我心理、积极寻求多元方式滋养心灵的种子。

正如曾校长所言：“教育的本质是唤醒与陪伴，需要学校倾情引领，更需要家庭温暖同行与社会多元支持。”我们深信，在这片由学校精心耕耘、家庭用心呵护、社会暖心助力的沃土上，每一位徐汇学子都能找到属于自己的心灵花园，在阳光雨露中茁壮成长，最终绽放出各自生命的独特光彩。让我们继续携手，在这条充满温情的育人之路上坚定前行，共同守护孩子们的美好未来。



### 零陵中学秋冬安全防范暨消防宣传月活动纪实

秋冬季节天干物燥，是火灾等安全事故的高发期。为切实筑牢校园安全防线，提升全体师生的安全防范意识与应急处置能力，上海市零陵中学以第34个全国“消防安全日”和消防宣传月为契机，围绕“全民消防，生命至上——安全用火用电”主题，开展了一系列形式多样、内容扎实的秋冬季节安全风险防范活动，让安全理念深植人心。

11月3日学校举行消防安全主题升旗仪式。初二（6）班钟晴萱、高一（4）班丁嘉薇同学向同学们阐述了秋冬季节消防安全的重要意义，号召大家将“安全第一”的理念融入日常学习生活，主动学习消防知识，争当校园安全守护者，为本次系列活动拉开了序幕。

11月7日，各班召开消防安全主题班会。班会课上，同学们集中观看了消防宣传教育片，直观感受火灾的危害与逃生的关键。班主任围绕“家庭火灾隐患排查”“安全通道畅通的重要性”“烟雾中毒的预防与应对”等核心内容展开讲解，重点强调了火灾发生时“保持冷静、准确报警、科学避险”的重要性，明确告知学生切勿盲目自救、严禁跳楼等危险行为。通过案例分析、小组讨论等形式，让学生在互动中掌握实用的消防安全知识，筑牢思想防线。

11月10日午会课期间，未保徐福佳老师为全体学生带来了生动详实的消防安全教育宣讲。宣讲中，徐老师以“识别风险、守护安全”为核心，用“快、毒、热”点明火灾危害，结合校园教室投影超时、家庭厨房燃气泄漏等隐患场景，搭配真实案例，直观讲解用火用电规范。同时重点普及火场逃生“三不要三要”、灭火器“提拔握压”口诀等技能，让学生深知消防安全是守护生命的“硬技能”，切实提升安全防范意识。

11月17日，学校组织师生开展消防安全应急疏散演练。随着广播指令响起，演练正式开始。各班同学在班主任和护导老师的指挥下，同学们弯腰低头，按照预定疏散路线，快速、有序地向操场指定安全区域撤离。整个过程用时2分38秒。常态化的疏散演练，让师生们对疏散流程了然于心。

安全无小事，责任大于天。上海市零陵中学将以此次消防宣传月活动为契机，持续深化秋冬季节安全风险防范工作，把安全教育融入校园日常管理，不断完善应急管理机制，让安全意识扎根校园的每一个角落，为全体师生的学习生活保驾护航。



### 零陵中学“非遗进校园”活动

当非遗技艺走进高中课堂，当指尖匠心碰撞青春活力，一场兼具文化传承与思政教育的别样课堂在上海市零陵中学高中部温情上演。2025年11月14日下午，高中部的学生代表们齐聚一堂，在国家级非遗传承人宋滔老师的带领下，解锁中式服装盘扣制作技艺的独特魅力，让中华优秀传统文化在实践中“活”起来。

作为中式服装盘扣制作技艺项目代表性传承人，宋滔老师与盘扣的缘分始于16岁。二十余载深耕不辍，他不仅娴熟掌握传统盘扣的核心技艺，更勇于突破创新。在保留传统风格精髓的基础上，融入时代元素、拓展实用功能，让这项古老技艺焕发新生。

课堂上，宋滔老师用生动的讲解揭开盘扣的神秘面纱：从传统服饰的装饰点缀，到如今兼具审美与实用的文创作品，盘扣的演变史正是中华优秀传统文化“守正创新”的缩影。同学们听得聚精会神，对这项既熟悉又陌生的非遗技艺充满了好奇与向往。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”讲解结束后，动手实践环节正式开启。宋滔老师以极大的耐心，一步步拆解结玉手串的传统编法，从线材选择到打结技巧，从松紧把控到收尾固定，每一个细节都细致指导。

同学们跃跃欲试，专注地穿线、打结、调整，指尖翻飞间，原本普通的线材逐渐变成一串串精美别致的手串。这小小的手串，既是盘扣技艺最基础的呈现，更是同学们与传统文化对话的桥梁，承载着大家对非遗文化最纯粹的热爱。课堂上不时响起交流的笑声，原本略显复杂的编结技艺，在老师的指导和同学间的互助中变得轻松有趣，传统文化的种子也在这一针一线的实践里，悄悄植入青春心田。

这场非遗体验课，是上海市零陵中学“行走的思政课”的生动实践。不同于传统课堂的理论讲授，学校将中华优秀传统文化作为思政教育的鲜活素材，让同学们在亲身体验中感受传统文化的魅力，增强文化自信与民族自豪感。

宋滔老师用二十载坚守诠释“工匠精神”，用创新实践演绎“文化传承”，这本身就是最生动的思政教材——让同学们明白，传统文化不是博物馆里的静态展品，而是可以融入生活、焕发新生的精神财富；传承非遗也不是单一的技艺复刻，而是在坚守中创新、在实践中传播的责任与担当。

文化如水，润物无声；传承有道，薪火不息。上海市零陵中学的这堂盘扣非遗课，不仅让同学们学会了一项传统技艺，更在心中播下了文化传承的种子。未来，当更多零陵学子主动走近中华优秀传统文化，在体验中热爱、在坚守中创新，让文化传承与价值引领同频共振，零陵学子定能在传统文化的浸润中成长为有文化底蕴、有责任担当的时代新人！



### 园南举行初中物理推进“双新”主题教研活动

2025年10月23日下午，主题为“让学习真实发生——初中物理在跨学科实践中开展项目化学习的实践探索”的上海市初中物理教研活动在上海园南中学罗城校区举行。活动由上海市教师教育学院（上海市教育委员会教学研究室）主办，上海市徐汇区教育局、徐汇区教育学院协办，上海园南中学承办。活动线上线下同步进行。上海市中学物理教研员汤清修、徐汇区教育学院副院长桑嫣、华东师范大学上海智能教育研究院江波、上海市园南中学党支部书记校长毛颖、各区初中物理教研员及骨干教师、华师大宁夏国培班成员参加现场活动。活动由徐汇区初中物理教研员陈浚颖主持。

活动伊始，上海市园南中学姚金健老师执教《简单乐器的制作（第二课时）》项目中期推进课。学生在制作乐器过程中遇到了调节音高的难题，并通过“InnoHub”平台提交问题。课堂上，姚老师引导学生展示典型问题，进行分类、汇总与聚焦，逐步形成探究问题链。借助“词云”分析，学生共同梳理出影响音调的因素，提出科学假设。随后，姚老师以“试管汽笛”实验为范例，引导学生自主设计实验方案，探究影响振动频率的因素，体验科学探究的过程。课堂最后，师生共同总结“提出问题—探究原理—实验验证”的问题解决路径。课后，学生将运用所学知识与实践经验持续改进作品，让自制乐器从“能发声”迈向“发准声”。

课例结束后，上海市园南中学党支部书记、校长毛颖致辞，向远道而来的领导、专家及兄弟学校的同仁表示热烈欢迎。她指出，作为上海市新一轮课程改革实验校，园南中学始终秉持“敦品励学”的理念，坚持以核心素养为导向推进教学创新，积极探索跨学科项目化学习的路径与模式。毛颖校长表示，本次活动既是一次成果展示，更是一次学习交流的契机。她期待能借助专家的专业引领和兄弟学校的经验分享，进一步完善学校项目化课程体系，共同探寻物理教育改革与课堂转型的新路径。

在案例分享环节，四位教师分析了跨学科项目化学习的宝贵经验。

朱行中学张丹婧老师以“制作半潜船模型”为例，引导学生在解决“稳定漂浮、精准下潜、安全上浮”等问题的过程中，将物理原理融入工程实践。

七宝金都实验中学潘一帆老师以“城市热岛效应调研”为例，引导学生立足现实问题，探究成因与解决方案，在跨学科实践中提升科学思维与社会责任意识。

奉贤实验中学周鼎老师以“书法用具的选择”为主题，创意性地将物理与艺术结合，引导学生通过实验探究砚台材质、墨汁密度等，理解书法背后的物理原理。

实验学校史复辰老师以“太阳灶”和“半导体”项目为载体，设计“玩中学、做中悟”的学习体验，展示了从任务设计到成果生成的跨学科实践路径。

上海市园南中学物理教研组长李梦梅，在“项目化学习微教研”活动中，以驱动性问题、任务体系设计与评价构建为主线，精心设计了多个富有启发性的互动环节。她结合现场问答与案例解析，与参会教师共同梳理了项目化学习的基本逻辑——从真实问题出发、以任务为载体、以评价促发展。教师们在沉浸式体验中，从旁观者转变为探究者与实践者，深度体验了如何将跨学科实践内容转化为可操作的项目化学习任务。

上海市物理教研员汤清修在活动总结中，对本次跨学科项目化学习的实践成果给予充分肯定。她指出，活动案例涵盖了城市生态、工程设计与文化艺术等多个领域，充分展现了物理学在促进学生科学思维、实践能力与创新素养发展中的独特价值。汤老师强调，项目化学习应与跨学科实践活动、单元教学核心任务紧密结合，通过真实问题驱动、任务链设计和多元评价，引导学生在探究中建构知识，在实践中提升能力。她认为，教师在项目实施过程中与学生共同研究、协作解决问题，是师生共同成长的重要契机。最后，汤老师鼓励教师持续深化项目化学习理念，加强经验交流，总结可推广的教学成果，为教材修订与教学改革提供实践支撑，推动项目化学习不断走深走实。

本次活动通过课堂展示、案例分享、微教研互动与专家引领，展示了徐汇区在推进初中物理项目化学习和跨学科实践中的扎实步伐与创新成果。活动不仅促进了教师间的专业交流与共同成长，也为项目化学习的深化与推广提供了有益借鉴。

### 园南中学第31届少代会顺利召开

上海市园南中学近日隆重举办主题为“强国复兴有我 争当新时代好少年”的第31届少代会。

在10月27日升旗仪式中，校少工委副主任陈副书记、傅副校长宣布了第31届大队委员名单。年级总辅导员为新一届大队委员授标，第30届大队委员屠昕遥同学带领大队委员们庄严宣誓，大队委员们依次发表了就职宣言。他们表示将发扬少先队“诚实、勇敢、团结、活泼”的光荣传统，为少先队工作做出新的贡献。

本次少代会的召开，既是对过去一年少先队工作的深刻总结，更是面向新时代的庄严启航——它以“强国复兴有我”为号角，以“争当新时代好少年”为目标，凝聚了全体队员的理想与信念，明确了少先队工作的方向与责任。

从铿锵有力的就职宣言到聚焦成长的提案解答，从鲜艳队旗下的庄严宣誓到师长殷切的嘱托期望，每一个环节都在诉说着：新时代的园南少年，必将以“强国复兴有我”的担当为动力，在星星火炬的照耀下，努力学习、锤炼品格、投身实践，努力成长为有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的社会主义建设者和接班人！

### 上海四中举行消防应急疏散逃生演练

为筑牢校园安全防线，提升师生应急自救能力，2025年11月10日上午，上海市第四中学成功举行了一场以“全民消防，生命至上，携手共建，平安校园”为主题的消防应急疏散逃生演练。安全教育与升旗仪式庄严融合，为全校师生上了一堂生动而深刻的“国旗下安全课”。

演练前一周，学校学生发展部与党政办联合制定了周密的演练方案。各班级利用午会、班会时间，通过校园广播、视频等形式学习消防知识，熟悉疏散路线与逃生要领。同时，学校组织力量细致检查各通道，在关键点位设置“安全引导员”，备齐演练物资。充分的准备工作为演练的顺利、安全进行奠定了坚实基础。

上午9点30分，各岗位负责人悉数就位。9点32分，急促的消防警报声划破校园的宁静，广播同时发布紧急疏散指令。此时正值大课间，学生们可能分散在教室、走廊或操场，这对应急响应提出了更高要求。

关键时刻，全校教师自动转化为安全责任人，迅速组织身边学生立即撤离。同学们在老师和安全引导员的指挥下，用衣袖或毛巾捂住口鼻，弯腰低姿，按照预定路线快速、有序地向操场集结。整个过程紧张而不慌乱，迅速而有条理，仅用时约4分钟，全体师生均已安全疏散至指定区域，并按升旗仪式队形整齐列队。

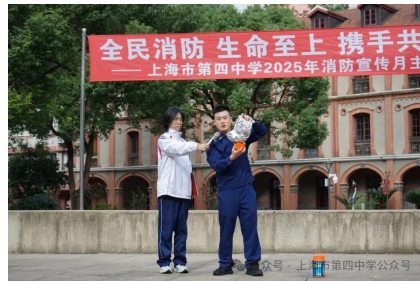
快速清点人数并三级报告确认全员安全后，一场简短而庄严的升旗仪式随即举行。伴随着雄壮的国歌声，五星红旗冉冉升起，全体师生肃立注目礼，刚刚经历的紧张与此刻的肃穆交织，对生命的敬畏与对祖国的热爱在心中激荡。

学校特邀徐家汇消防救援站的王志、张佳杰两位班长进行了题为《消防安全进校园，共筑平安防火墙》的专题发言。消防人员深入浅出地讲解了火灾的严重危害、日常防火常识以及火场逃生的关键技巧，为全体师生带来了一堂专业、实用的消防安全微讲座。

本次演练总指挥上海市第四中学史晓燕校长对演练活动进行了总结。她充分肯定了全体师生在突发模拟情境下的迅速反应和有序协作，并强调：“安全演练，关乎生命。学校将持续把安全教育放在首位，定期开展应急演练，让敬畏和珍爱生命的意识内化于心、外化于行，共同守护我们平安、和谐的美丽校园。”

### 2025年上海四中校友返校日

下接中缝



### 上海四中第三十七次少先队代表大会顺利召开

近日，上海市第四中学隆重举行了第三十七次少先队代表大会。本次大会以“红领巾心向党，星星火炬伴成长”为主题，会议分为预备会议和正式会议两个阶段，顺利的完成了各项议程，展现了少先队员积极参与学校民主管理、昂扬向上的精神风貌。

在前期举行的预备会议中，代表们审议并通过了新一届校少工委建议名单、选举办法及监票人名单，并通过民主投票选举产生了新一届大队委员，为正式会议的顺利召开奠定了坚实基础。

正式会议在庄严的出旗仪式和嘹亮的队歌声中拉开帷幕。校长、党总支副书记史晓燕为大会致辞，表达了对少先队员们的殷切期望与深情嘱托。上届大队委员陆漪柔同学作了2024学年大队部工作报告，系统回顾了过去一年大队部在组织建设、活动开展与队员成长等方面取得的成果。会议公布了新一届大队委员名单，并举行了庄严的授标仪式。在尹北卡同学的带领下，新一届大队委员面向队旗郑重宣誓，承诺将以身作则、服务队员、奉献集体。

随后，史晓燕校长宣读了新一届少工委委员名单并颁发聘书。徐英副校长宣读了2025年校少先队辅导员名单，孙申磊副校长为辅导员代表颁发聘书。各中队学生代表在教室同步为中队辅导员佩戴红领巾，表达了对辅导员老师的崇高敬意。

最后，大队辅导员刘威老师宣读大会工作报告决议并带领全体队员呼号。在铿锵有力的“时刻准备着”的誓言声中，本次少代会圆满落幕。

本次少代会期间，各中队代表积极建言献策，共征集到135份提案，内容涵盖校园生活、设施建设与实践活动等多个方面，充分体现了队员们的主人翁意识和参与学校建设的热情。本次少代会的成功召开，不仅增强了少先队员的组织归属感和光荣感，也进一步推动了学校少先队工作的规范化和民主化进程。相信在新一届少工委和大队委员的带领下，上海市第四中学的少先队工作必将迈向新的台阶，陪伴每一位队员在星星火炬的照耀下茁壮成长！



## “汇学艺术学科 高地讲堂”活动

上接第3页

彭吉象教授以《人工智能时代仍然需要加强审美修养和人文素养》为主题，为师生带来一场兼具思想深度与现实温度的美育讲座。他从爱因斯坦对音乐的挚爱、李政道教授“科学与艺术是一枚硬币的两面”的论断切入，深刻阐述了人文素养与科学精神的共生关系，并引用哈佛大学原校长尼尔·陆登庭关于21世纪高等教育必须重视人文学科的论述，奠定了讲座的宏观视野。

彭教授纵观人类文化史，指出艺术与科技曾在古希腊“黄金分割”、文艺复兴及当代人工智能与VR/AR/MR技术三大时期高度融合，这些技术不仅革新了艺术的创作、制作与传播方式，催生“虚拟美学”等新观念，更孕育着“第九艺术”的诞生。面对人工智能时代的挑战，他引用专家观点强调，想象力、创造力与审美能力是人类区别于AI的核心竞争力，并结合马斯洛“需要层次理论”指出审美是人的高层次需求。为具体阐释，彭教授还以《富春山居图》展现文化认同，以《流浪地球》《星球大战》解析科技赋能艺术的想象力，并以《最后的晚餐》为例讲解如何从构图、人物与瞬间捕捉中领悟经典艺术的永恒魅力。

最后，彭教授为同学们指明了提升审美修养的三条清晰路径：第一，大量鉴赏经典作品，培养敏锐的“音乐感”“形式感”；第二，熟悉掌握各门艺术的基本知识与语言，如影视的蒙太奇、音乐的旋律、绘画的线条色彩；第三，亲身参与艺术实践，以其导师美学家朱光潜先生“不通一艺莫谈艺”的箴言，鼓励同学们在动手中体悟美的创造。他还推荐了《三体》《时间简史》等读物，鼓励学生拓宽视野。

整场讲座贯通古今、融汇中西，既有高屋建瓴的理论指导，又有贴近生活的实践建议，在现场学子心中深深播下了美的种子。同学们纷纷表示，将把讲座的收获转化为实际行动，在科技与人文并重的时代浪潮中，不断提升自身的审美与人文素养。

此次活动不仅为徐汇学子搭建了与大师对话的平台，也为学校美育工作注入了新的活力。学校将以此次活动为契机，持续推进美育课程创新，为培养德智体美劳全面发展的时代新人奠定坚实基础。

## 2025年上海四中 校友返校日

上接第4页

光阴煮雨，岁月缝花。2025年11月9日上午，上海市第四中学迎来了一年一度的校友返校日。从风华正茂的青春学子到如今各行各业的栋梁之才，众多校友从天南海北重返母校，怀揣着对母校的深深眷恋与对同窗的殷殷思念，共赴一场跨越数十年的青春之约，旧日情谊与崭新气象在此刻交织成一幅温暖动人的画卷。

9点不到，熟悉的校门口已是一片欢声笑语。多年未见的老同学们紧紧握手、热情相拥，眼角泛起的皱纹里盛满了重逢的喜悦与激动。尽管岁月改变了彼此的容颜，但一声熟悉的绰号，一个记忆中的眼神，瞬间就将大家拉回了那个背着书包、奔跑于林荫道下的青葱年代。在学生志愿者的引导下，老校友们怀着激动与好奇的心情步入校史馆内。时光的画卷在眼前徐徐展开：泛黄的历任教师合影、早期的校刊课本和奖状无声地诉说着往昔的奋斗；丰富的图文与实物资料，清晰地勾勒出学校百年来的发展脉络与辉煌成就。

“学校的窗棂和门柱还是从前的样子。”一位校友这样感叹。在校园里，随处可见的是被岁月刻下的痕迹的面容，但他们的眼中却依旧闪烁着如当年求学时般真挚的光芒。如果说校史馆是记忆的溯源，那么教室与林荫道便是情感的归巢。泛着寒意的暮秋上午，熟悉的教室里再次坐满了“学生”，只是当年的青涩少年已添了华发。他们围坐在一起，尘封的外号、趣事、课堂糗事被一一唤醒，引得满堂哄笑。谈及在四中的青葱岁月，每个人的话语中都饱含着对母校深深的感激。是这里的教诲，赋予了他们面对人生风雨的智慧与勇气；是这里的熏陶，塑造了他们为人处世的品格与底线。

相聚的时光总是短暂。活动临近尾声，校友们意犹未尽，互道珍重，并相约未来要保持联系，常回“家”看看。而这一种纯粹的情谊与精神的回归，在每一位老校友的心中，都留下了一段温暖而深刻的记忆，也为秋日的上海市第四中学校园，增添了一抹最动人的色彩。